

CLIN D'OEIL

EXPRESSIONS • INFORMATIONS



N° 152
ÉTÉ 2022

Bientôt l'été et les vacances !
Envie d'évasion, de découvertes, mais aussi de lâcher prise. Période propice pour se ressourcer et renforcer sa résilience aux aléas de la vie.

Vous pourrez toujours compter sur
le Centre social qui reste ouvert l'été pour vous écouter,
vous conseiller, accompagner vos diverses propositions.

Afin de mieux vous aider dans vos choix estivaux,
bénévoles et salariés ont mis en place un programme qui
s'adresse à tout public : des séjours, des animations de
quartier, les fameuses "Fenêtres ouvertes"....
Et puis des dates à ne pas manquer : les portes ouvertes
pour les activités de la saison 2022-2023, sans oublier
l'événement marquant de cet automne :
les 50 ans du Centre social.

Nous vous souhaitons un très bel été !



LE SOMMAIRE

2-3 ACTUALITES

- Les rendez-vous de l'été
- La rentrée 2022/2023
- Préparation des 50 ans du Centre
- Le journal du quartier

4-7 VIE ASSOCIATIVE

- Retour sur l'Assemblée générale
- Le club de lecture
- Des nouveaux visages
- Clin d'œil des enfants
- Retour en images

8 PAGE RÉCRÉATIVE

“ Des livres "coup de cœur" proposés
par le club de lecture (page 4) pour
l'été :

- "**Le grand monde**" de Pierre LEMAITRE
Il nous propose une plongée
mouvementée et jubilatoire dans les
Trente Glorieuses.

- "**Âme brisée**" de Akira MIZUBAYASHI
Dans ce roman au charme délicat,
l'auteur explore la question du souvenir,
du déracinement et du deuil impossible.
On y retrouve les thèmes qui lui sont
chers : la littérature et la musique.

- "**Les abeilles grises**" d'Andreï KOURKOV
L'auteur manie la nostalgie, l'humour, la
poésie, pour nous parler des prémices de
notre actualité européenne. ”

Le comité de rédaction remercie
Cédric, Danièle et Thomas qui ont contribué
à ce numéro ainsi qu'à celles et ceux qui nous
ont confiés leurs témoignages.

PROCHAINE PARUTION
OCTOBRE 2022

Nos partenaires principaux



ASSOCIATION COMITÉ D'USAGERS
DU CENTRE SOCIAL KANEVEDEN (*) DE BELLEVUE

1, RUE PIERRE TRÉPOS
29200 BREST

TÉL : 02 98 03 08 69

www.centresocialbellevuebrest.fr

(*) arc en ciel en breton

Comité de rédaction :

Judith Andrianjohary, Bernadette Calvez, Liliane Cren,
Gisèle Destan, Annie Gueguen, Marie-Hélène Kermaïdic,
Sandrine Lannuzel, Yannick Le Deun, Catherine Torres
Courriel : communication.csb@gmail.com

Impression : Imprimerie Guivarch
Tirage : 100 exemplaires

LES RENDEZ-VOUS DE L'ÉTÉ



Samedi 6 août Spectacle "Une sirène de salle de bain" à partir de 6 ans

L'épopée d'une sirène où partout et malgré tout, elle n'a cessé d'entonner son ode à la vie, à la joie.

**Rendez-vous à 17h
à Kerbernier (rue de Cornouaille)**



Séjours été pour les enfants dès 6 ans

4 séjours à Trouzilit sont prévus avec des tarifs selon les QF (de 50 à 175 €)

- mini séjour (3 jrs) : 11 au 13 juillet
- pour 10-14 ans : 11 au 15 juillet
- pour 8-14 ans : 18 au 22 juillet
- pour 6-9 ans : 25 au 28 juillet

Il reste encore des places, n'hésitez pas à nous contacter !



Vendredi 2 septembre "Fenêtres ouvertes" à Kergoat (rue du Duc d'Aumale)

Au programme :

- 16h30 goûter / jeux
- 18h scènes ouvertes
- 19h cirque/acrobatie
- 20h concert Trio Bacana

Différents spectacles "Fenêtres ouvertes" auront lieu sur Brest (entre le 24 juin et le 21 octobre). Le Centre social pourrait organiser un départ groupé pour s'y rendre ensemble. Renseignez-vous à l'accueil.



Pour garder le lien social

Même si les locaux du Centre social seront essentiellement occupés par le centre de loisirs cet été, quelques groupes continueront à se réunir. Renseignez-vous auprès de vos référents d'activités.

- Couleur café
- Belote
- Pyramide
- Scrabble
- Triominos
- Tricot
- Espace parents-enfants "Les Coccinelles"

SORTIES POUR TOUS Les permanences d'inscriptions ont lieu de 9h30 à 11h.

- La Vallée des saints le jeudi 07 juillet (inscrip. jeudi 30 juin)
- Huelgoat - Arboretum le jeudi 21 juillet (inscrip. mercredi 13 juillet)
- Baie de Roscanvel le jeudi 11 août (inscrip. jeudi 4 août)
- Parc animalier à Ménez Meur le jeudi 25 août (inscrip. jeudi 18 août)

Les tarifs des sorties sont indiqués dans les dépliant à l'accueil du Centre social

SORTIES FAMILIALES Les permanences d'inscriptions ont lieu de 17h à 18h.

- Parc animalier La Pommeraie (à confirmer) ou Sortie surprise le dimanche 26 juin (inscrip. mercredi 22 juin)
- Abbaye de Daoulas (visite + atelier) le dimanche 10 juillet (inscrip. mercredi 6 juillet)
- FunPark à Dirinon le dimanche 24 juillet (inscrip. mercredi 20 juillet)
- Armoripark à Bégard le dimanche 28 août (inscrip. mercredi 24 août)

LA RENTREE 2022/2023

La fin de la saison se profile (arrêt des activités le vendredi 1er juillet) et nous pensons déjà à la rentrée avec son lot d'informations qui vous seront utiles.

L'équipe de bénévoles et de salariés vous propose, tout comme l'année dernière, une **semaine de réinscriptions du lundi 29 août au jeudi 1er septembre pour les activités de l'association Comité d'usagers**.

Des informations plus précises vous seront transmises dans une prochaine "lettre d'informations" ou via vos référents d'activités.



La porte ouverte se déroulera le **samedi 3 septembre, sur de nouveaux horaires, de 14h à 17h30**.

Ne seront présents que les associations hébergées ainsi que les animateurs du Comité d'usagers proposant des activités dans lesquelles il restera de la place.

De ce fait, **nous vous recommandons de venir à la semaine de réinscriptions !**

L'ensemble des activités débutera le **lundi 12 septembre 2022**.

LE DEMI-SIECLE DU CENTRE SOCIAL DE BELLEVUE

Le 4 septembre 1972, le Centre social de Bellevue ouvre ses portes et le 4 novembre 1972, il est inauguré.

Afin de célébrer cet évènement, un temps fort est prévu du 20 au 22 octobre 2022.

Si vous êtes intéressés pour participer à la préparation et apporter vos idées, vous êtes les bienvenus ! Vous pourrez laisser vos coordonnées à l'accueil du Centre social.



LE JOURNAL DE QUARTIER

En décembre dernier vous avez pu lire le dernier numéro du journal de quartier, le "Belle Vue". Un appel aux habitants du quartier a été lancé afin de trouver une nouvelle équipe de rédaction. Le temps de mettre les choses en place, de trouver des idées... et voilà que le nouveau numéro du mois de juin vient de paraître !

En effet Patricia Le Roux, retraitée passionnée de photographie, Michèle de Clerck, retraitée curieuse d'histoire et de bien-être ainsi que Sandrine Lannuzel, conseillère en immobilier et rédactrice également pour le journal du Centre social le Clin d'œil, ont repris le flambeau.

Le "Belle Vue", à ne pas confondre avec le "Clin d'œil" ...

Le "Belle Vue" est un journal, comme on en trouve dans plusieurs quartiers de Brest. L'idée est d'informer des actualités de Bellevue et de son histoire, de mettre en lumière la jeunesse, les associations et les projets faisant vivre le quartier.

N'importe quel habitant peut participer à une rubrique ou juste à un article si il le souhaite.

Le "Belle Vue" est financé par la Mairie. Vous les trouverez sur les présentoirs des commerces du quartier et les équipements tels que la Médiathèque, la Maison de quartier, la Mairie, le Centre social...

Le "Clin d'œil" est le journal interne du Centre social de Bellevue. Il relate la vie du Centre et son fonctionnement (actualités, activités, temps forts...). Il est mis à disposition dans ses locaux et son équipe de rédaction est composée de bénévoles du Centre social.



RETOUR SUR L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

NOTRE PROJET, NOS AMBITIONS POUR LES ANNEES A VENIR

Notre assemblée générale, qui s'est réunie le 27 avril dernier, a confirmé les orientations de notre projet social validé par nos partenaires dont, principalement, la CAF et la Ville de Brest.

Nous pensons utile de les rappeler ici car c'est ce qui va guider notre action pendant les années qui viennent. Elles sont au nombre de 3 et reposent sur les constats que nous avons pu faire collectivement :

- **Le numérique pour tous** : il est presque impossible aujourd'hui d'y échapper et il est important de former, de soutenir toutes les personnes qui ont des difficultés avec les nouveaux outils.
- **Le développement durable et l'éducation à l'environnement** : autant nous sommes sensibilisés à la question du réchauffement climatique et de la dégradation de notre planète, autant nous avons besoin d'être éclairés dans nos choix au quotidien, formés aux bonnes pratiques. Nous ne pouvons passer à côté de ces enjeux.
- **La promotion de la santé et du bien-être** : dans ce domaine aussi, sensibilisation, éducation, formation sont nécessaires, au plus près des habitants.

Pour parvenir à concrétiser tout cela, notre plan d'action, notre façon de faire, reposeront sur les fondamentaux des centres sociaux :

- Participation des habitants en favorisant l'exercice de leur pouvoir d'agir
- "Aller vers", "Hors les murs" : aller à la rencontre des habitants sur leurs lieux de vie, et atteindre les plus isolés.
- Travailler avec les partenaires du quartier.

Voilà notre feuille de route, sur laquelle nous aurons l'occasion de revenir dans les prochains numéros de Clin d'Œil.

L'équipe chargée, avec les salariés, de veiller à la mise en œuvre de tout cela, le Conseil d'administration de notre Centre social, est composé de :

- Marie-Paule Abaléa
- Annie Bars
- Liliane Cren
- Gisèle Destan
- Hélène Floc'h
- Pierrette Gautrain
- Marie-Hélène Kermaïdic
- Corine Laffargue
- Frédérique Lagathu
- Yannick Le Deun
- Audrey Le Gac
- Erwan L'Hostis
- Christiane Melcus
- Lydia Moutaouakkil
- Simone Pennec



Une cinquantaine d'adhérents, d'élus et partenaires ont participé à l'assemblée générale qui a été suivie d'un temps convivial pour prolonger les échanges



LE CLUB DE LECTURE

Bonjour ! ici la bonne équipe du club de lecture du Centre social de Bellevue !

Toutes les 5 semaines environ, depuis des années, nous nous retrouvons à une petite quinzaine de personnes, renouvelant notre groupe d'une ou deux personnes tous les ans.

"Moi", dit Yves-Hervé, "quand je suis rentré au club de lecture, je ne lisais pratiquement que des polars. Le fait d'entendre d'autres raconter leurs lectures avec enthousiasme m'a donné envie de découvrir d'autres types de romans."

"Pareil pour moi" dit Annie. "Grâce à Sophie, j'ai ouvert et lu une bande dessinée. Depuis je suis une mordue."

"Oui" dit Michèle, "le club nous incite à sortir de notre zone de confort."

"En plus", dit Danièle, "ce que j'apprécie, ce sont ces moments de partage où nous échangeons nos points de vue sur un livre ou un auteur. C'est marrant par exemple, de se rendre compte que certains ont détesté ce que nous avons adoré."

"Parfois quand je n'ai pas eu le temps de lire ou que je n'ai rien lu de bien, je viens juste pour le plaisir d'écouter les autres parler de leurs lectures," dit Hélène. "Ce qui est bien dans ce club, c'est que l'on soit grand lecteur ou pas, bon orateur ou pas, on est toujours les bienvenus. Personne n'est là pour nous juger."

D'ailleurs on ne juge aucune lecture non plus, certains aiment les romans dits légers, d'autres les classiques ou autres choses. Toutes les lectures sont acceptées."

"En fait, la règle du jeu quand on a aimé un bouquin, c'est de résumer le début du livre mais attention, sans trop en dire et surtout parvenir à donner l'envie aux autres de le lire. Et nous savons que nous avons réussi notre exercice, quand les autres nous demandent d'emprunter notre livre", conclût Geneviève.

Un jeudi par mois de 19h à 21h et 1 fois/trimestre, suivi d'un moment convivial de 21h à 22h30.

DES NOUVEAUX VISAGES

Avez-vous déjà croisé ces trois nouvelles collègues ?
Faisons leur connaissance et souhaitons leur la bienvenue parmi nous.



Joséphine est stagiaire pour se former au CPJEPS (Certificat Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport) option Animatrice d'activité et de vie quotidienne, depuis mars 2022 au Centre social.

A Tahiti, son lieu de naissance, Joséphine a déjà eu une expérience professionnelle dans le milieu de la petite enfance. Puis après une courte escale à Paris, elle est venue s'installer à Brest par choix. Elle connaît bien le Centre : ses 2 jeunes enfants ont d'abord fréquenté la Maison enchantée puis le centre de loisirs. Joséphine a aussi travaillé en tant qu'agent de restauration pour notre centre de loisirs pendant trois ans. Elle a été également adhérente et bénévole au Centre social dans le quartier de Kerbernier. Sa formation se terminera en janvier 2023.



Originaire de Guipavas, **Emmanuelle**, nouvelle référente famille, a habité le quartier de Bellevue de 2011 à 2019.

Elle a une expérience professionnelle multiple, essentiellement dans le Finistère, auprès des enfants et comme assistante sociale dans des associations, collectivités et centre médico-social. Pour ses nouvelles missions, elle envisage d'être à l'écoute des habitants du quartier pour pouvoir mettre en place des projets et des actions avec eux et les différents partenaires. Son action sera particulièrement orientée dans le soutien aux familles, à la petite enfance et aux parents. Elle a déjà participé avec les adhérents à la réalisation des nouveaux programmes des prochaines Sorties pour tous et Sorties familiales. Ce n'est pas tout. Elle a envie de s'impliquer dans les actions autour de l'alimentation durable et solidaire en lien avec le projet social.



Suzanne est arrivée au Centre social le 1er mars 2022 en tant qu'animatrice de proximité (adulte relais). A l'avenir, elle devrait évoluer sur le quartier de Kergoat.

Elle nous parle de son parcours :

"J'ai fait les Beaux-Arts à Quimper puis un master de recherche en Arts à Rennes. A la suite de cela, j'ai fait le choix de réaliser un service civique au sein d'une association culturelle. Cette mission dite volontaire a été plus que bénéfique pour moi tant professionnellement que personnellement.

Durant toute cette période, je faisais de la médiation socio-culturelle dans différents quartiers de Rennes et auprès de différents partenaires dont les centres sociaux et avec des publics de tous âges.

J'ai une pratique artistique très développée. Je suis plasticienne et illustratrice. J'anime également des ateliers créatifs pour permettre à chacun de tester de nouvelles pratiques artistiques.

Je suis arrivée à Brest il y a 2 ans. Au fur et à mesure du temps et de mes différentes expériences professionnelles, j'ai eu envie de revenir vers le monde associatif. "Pouvoir accompagner les habitants dans le développement d'initiatives et de projets" a été la phrase clé qui m'a tapé dans l'œil pour rejoindre le Centre social."



Une illustration réalisée par Suzanne

CLIN D'ŒIL DES ENFANTS

L'atelier des arts plastiques

pour les enfants a lieu
tous les mercredis après-
midi (14h-15h30) dans la
salle Turquoise.

Le 2 mars, une musique douce accompagne 6
jeunes "artistes" dans la confection d'un
masque en carton de récup.

Peintures, blouses de protection, pinceaux,
ciseaux... plein de matériel !

Rozenn Bizien, l'animatrice, apprécie leur
motivation et voici leurs témoignages.



Au centre de loisirs

Interrogés quant à leurs
motivations à venir au
centre, les enfants du centre
de loisirs nous laissent aussi
leurs témoignages à propos
de leur temps d'activités du
mercredi.

Il leur sera désormais
consacré un encart dans le
Clin d'œil !

Ils ont déjà hâte de vous
faire découvrir ce qu'ils
aiment (des activités, des
chants, des blagues, etc.).



Ayan, 11 ans : "J'aime bien dessiner. J'aime le bricolage. Je trouve gentille Rozenn !"

Farah, 9 ans : "Ce que j'aime bien c'est créer des objets, dessiner avec la craie grasse. Je retrouve des copines. Rozenn est très gentille !"

Shérine, 10 ans : "J'adore l'art plastique, faire des activités manuelles, des dessins, la peinture et des maquettes. J'aime bien mettre dans ma chambre le travail fini. Ça fait des décorations. Rozenn est gentille."

Noémie, 10 ans : "J'aime beaucoup faire des activités manuelles. C'est juste pour le plaisir de faire mais pas pour accrocher. Je conseillerai aux personnes qui aiment bien dessiner comme moi de venir s'inscrire."

Amatullah, 6 ans : "J'aime beaucoup l'art plastique. Je ne connaissais pas avant. Je fais l'école à la maison "

Louise, 10 ans : "Ce que J'aime bien c'est le dessin. Et à chaque fois je progresse, d'après ma sœur. Et je trouve que les idées de Rozenn sont chouettes. Elle nous demande aussi ce qu'on aimerait faire. J'aime le cheval et lui ai demandé un atelier sur ça. Elle m'a promis de trouver une idée pour le faire."

Ce groupe impressionne par le calme, la bonne ambiance, la ferveur collective à l'aboutissement d'un ouvrage.

Tout en les interrogeant, les enfants ont déjà choisi les peintures pour enjoliver leur masque, et semblent pressés de jouer du pinceau !

Keyronn, 8 ans : "Je viens au centre parce que mes parents travaillent mais c'est aussi pour le plaisir ! Pour jouer avec les copains comme avec Isaac. Mon style d'activité préféré c'est le jardinage."

Isaac, 7 ans : "Moi je suis pas comme ma sœur, je n'aime pas regarder la télé ou jouer à la console. J'aime bien aller dehors faire du foot et du basket. Aussi plein d'autres choses, j'aime bien jouer au Babyfoot par exemple. Mon activité préféré c'est le jardin aussi."

Wided, 6 ans : "Je viens au centre pour que ma mère puisse travailler. Des fois j'aime bien venir au centre. Ça dépend des journées. J'aime bien faire les cabanes, j'aime bien faire du tambour, j'aime bien faire un petit peu de tout. Ça dépend vraiment des jours."

Milane, 6 ans : "J'aime bien venir au centre, j'aime bien faire des activités. De la peinture et aller jouer dehors."

Retour en images

- 1 Représentations du Théâtre du Moulin dans la salle Outremer le 30 avril. Le public venu nombreux avait passé un bon moment de rire.
- 2 Initiation au kayak sur les rives de Penfeld. L'occasion pour les participants de vivre une expérience dans une ambiance détendue.
- 3 Lors de la Fête de la nature du 21 mai. Différentes activités ont été proposées tout au long de la journée sous un soleil radieux.
- 4 Spectacle à La Carène dans le cadre du "parcours culturel". Les adhérents inscrits à ce dispositif font de belles découvertes.
- 5 Rue d'Armagnac (accessible par la rue d'Aquitaine). Un lieu apprécié pour son cadre reposant. **A noter que Vert le Jardin et le Centre social y organisent des animations ouvertes à tous chaque 20 du mois (20 juin, 20 juillet, 20 août...).** N'hésitez pas d'aller faire un tour.
- 6 Au Centre d'art Passerelle : des visites ou ateliers sont régulièrement réalisés avec des groupes d'activités pour le plaisir des adhérents.



Recettes

Recettes proposées par l'association "Aux goûts du jour" lors d'une cuisine itinérante. Les cuisines itinérantes sont organisées en partenariat avec l'association "Vert le Jardin". Vous pouvez demander des renseignements à l'accueil du Centre social.

Blinis de sarrasin, fèves et radis

Ingrédients pour 4 personnes :

1 œuf
80 g de farine de sarrasin
½ botte de radis
1 càs de poudre à lever
1 càs d'huile d'olive
100 g de fèves
1 càs d'huile d'olive
10 cl de lait
80 g de fromage frais
Ciboulette
(càs : cuillère à soupe)



Les blinis

1. Dans un bol, verser la farine, la poudre à lever, le sel et le poivre
2. Creuser un puits pour obtenir un trou dans la farine
3. Ajouter les œufs et mélanger en ajoutant le lait et l'huile au fur et à mesure
4. Laisser reposer 15 minutes au frais.
5. Faire chauffer une poêle avec un peu de matière grasse
6. Verser une cuillère à soupe de pâte dans la poêle, laisser quelques secondes des bulles se former puis retourner pour cuire l'autre face
7. Déposer le blinis dans une assiette
8. Répéter l'opération pour toute la pâte
9. On peut cuire plusieurs blinis à la fois

Assemblage du blinis

1. Laver les légumes
2. Écosser (enlever la peau) les fèves et couper les radis en rondelles.
3. Couper finement la coriandre
4. Sur chaque blinis étaler du fromage frais et disposer les fèves, les radis et la coriandre



Salade de carottes à l'orange

Ingrédients pour 4 personnes :

200 g de carottes
2 oranges
1 petite laitue
1 poignée de cacahuètes
Huile d'olive
Vinaigre balsamique

Pour la salade

1. Eplucher et laver les carottes
2. Râper les carottes
3. Éplucher une orange
4. Dans un saladier mélanger les carottes ; les cacahuètes concassées et les quartiers d'oranges

Pour la vinaigrette

1. Presser 1 orange
2. Dans un bol mélanger le jus avec du sel, du poivre, 3 càs d'olive et 2 càs de vinaigre balsamique
3. Mélanger le tout

Le saviez-vous ?

Les petites bêtes de l'été

Saviez-vous que :

Les abeilles ont une vision panoramique grâce à leurs 5 yeux dont 3 au sommet de la tête.

La cigale cymbalise.

La coccinelle la plus répandue en France porte 7 points noirs. Elle est capable de manger 100 pucerons par jour et de ce fait est la grande amie des jardiniers.

La fourmi tisserande peut porter jusqu'à 100 fois son poids : petite mais costaud la fourmi !!!

Les plus belles couleurs des papillons se retrouvent chez les mâles.

La sauterelle peut sauter 300 fois sa taille : prête pour le saut à la perche !!!

Et pour finir l'huile essentielle d'eucalyptus se montre la plus efficace contre les moustiques.

Bon été !



Jeux

L'escalier

Docteur	--
Comme du pain sec	---
Difficile à supporter	----
Arrivé au but	-----
Chanteur français	-----
Petit rat	-----
Escroqués	-----

Dansieur. Truandès

Dr. Dur. Rude. Rendu. Renaud.

Réponse :

